**Конспект занятия на 27.12 – 28.12.2022**

**педагога дополнительного образования Поповой Светланы Алексеевны**

**Тема: «Формирование певческого дыхания».**

Добрый день, ребята тема нашего занятия певческое дыхание. Скажите пожалуйста, какие органы участвуют в процессе дыхания?

Верно, чтобы наш голос звучал звонко и был красиво окрашен тембрально. Вы помните, что певческое дыхание является основой вокально-хоровой техники и от него зависит сила, красота и продолжительность звука. Для того, чтобы избавиться от различных дефектов в голосовом аппарате, нужно соблюдать правильною певческую установку, так как она создаёт благоприятные условия для правильных, естественных движений как дыхательных органах, так и в голосовом аппарате. Часто ребёнок поднимает плечи и напрягает шею при вдохе потому, что он не умеет приготовиться к пению. Эти лишние движения мешают спокойной работе дыхания, которое должно происходить незаметно. Когда ребенок выпрямляет свой корпус / прямая спина, слегка отведённые назад плечи, свободная шея/ его грудная клетка уже принимает положение вдоха и самый вдох делается незаметно, бесшумно, без напряжения, без перегрузки.

Дыхание является энергетическим фактором, от которого зависит сила и длительность звука, его тембровые окраски.

**Повторение:**

Различают следующие типы дыхания:

**Грудное дыхание**. При нём наиболее активно работают мышцы грудной клетки. Внешние дыхательные упражнения сводятся к активным движениям стенок грудной клетки, особенно её верхнесреднего отдела. Диафрагма мало подвижна. Живот при вдохе втянут. Этот тип дыхания был распространён в староитальянской школе пения (до начала 19-го века). Разновидностью грудного дыхания является **ключичное**, или верхнее грудное дыхание, при котором очень энергично участвуют мышцы верхнего отдела грудной клетки, плечевого пояса и шеи. Оно не приемлемо для пения, т. к. в этом случае дыхание поверхностное, мышцы шеи напряжены, ограниченны движения гортани и потому затруднено голосообразование.

**Смешанное, грудобрюшное** (косто-абдоминальное) дыхание. Активны мышцы грудной и брюшной полостей, а также диафрагма.

Брюшное или **диафрагматическое** дыхание. При этом типе дыхания активно сокращается диафрагма и мышцы брюшной полости, в частности видимые нами мышцы брюшной стенки, при относительном покое стенок грудной клетки.

Деление дыхания на отдельные типы является условным, в значительной мере теоретическим, на практике же чистых типов дыхания и резких границ между ними нет. Существует некоторое различие в дыхании у мужчин и женщин. Мужчинам присуще «низкое» дыхание, близкое к брюшному. А женщины дышат более «высоко» и их дыхание ближе к грудному типу. Грудной тип дыхания характерен и для детей младшего школьного возраста. В вокально-педагогической практике наиболее удобным считается **нижнерёберно-диафрагматическое дыхание**, т. е. смешанное дыхание при котором высоко поднимаются и расширяются при вдохе нижние рёбра, а остальная часть грудной клетки почти не подвижна. Активна диафрагма и мышцы брюшной полости.

Диафрагматическое дыхание или **нижнерёберно-диафрагмальное** дыхание – это основное певческое дыхание, которое имеет опору на диафрагму. Почему мы называем его нижнерёберно-диафрагмальным? (Так во время осуществления вдоха задействованы нижние, плавающие рёбра, которые не объединены между собой и являются своего рода, рычагом, для натяжения диафрагмы во время вдоха).

**Практическая работа.**

Педагог: Ребята, для начала выполнять некоторые упражнения лучше около большого зеркала. Следите, чтобы корпус был свободен, плечи развернуты, дышите легко и свободно, чтобы плечи и грудь при вдохе не поднимались, бесшумный вдох через нос, выдох долгий и эластичный.

1. **Упражнение «Насос»**

Представьте, что Вы накачиваете насосом шину колеса:

- наклонитесь глубоко, расслабьтесь, руки держат ручку насоса; выдохните (через рот);

- сделайте вдох на «дно колодца», не выпрямляясь;

- при подъеме тяните руками ручку насоса, представляя, что у Вас образуется «нейтральный» звук на поршне насоса;

- наклон с быстрым, легким, глубоким вдохом (в конце наклона);

- подъем с «нейтральным» звуком.

**2) Упражнение «Шарик»**

Представим, что у нас в животе находится воздушный шарик. Прокалываем его тонкой иголочкой и очень медленно с звуком «С» выдыхаем воздух. Затем повторяем это же самое упражнение на гласный звук «А». Запоминаем ощущения, которые сопровождают момент выдоха и задержки дыхания.

1. **Упражнение «Свеча»**

Это упражнение выполняется в положении стоя. При произведении полного вдоха расширяются нижние ребра, а мышцы нижней части брюшного пресса напрягаются. Выдыхать следует ровной концентрированной струей через узкую щель губ. Представьте, как вы дуете на горящую свечу, стараясь погасить огонь. Работу межреберных мышц нужно контролировать ладонями рук.

**Игра с кубиками разного цвета.**

Эта игра развивает не только дыхательный аппарат детей, но и их чувство ритма. В игре используют 2 кубика. Один – красного цвета, другой – зелёного. У каждого кубика своя функция: красный кубик означает 1 долгий выдох, зелёный – 2 коротких выдоха. Показывая кубики поочерёдно, меняя их произвольно, педагог следит за ритмичностью выполнения упражнения детьми. В этом упражнении выполняются сразу несколько задач: развитие чувство ритма, дыхательного аппарата, внимания, музыкальной памяти.

**Подведение итогов. Рефлексия.**

Ребята, о каких видах дыхания вы узнали сегодня в первый раз?

Какой вид дыхания мы используем при пении?

На следующем занятии мы продолжим работу над техникой певческого дыхания и будем применять его в работе над музыкальными произведениями.

**Тема 2: Эстрадный вокал.**

**Прием эстрадного пения – Фрай**

**Фрай** (или менее употребительное в эстраде обозначение *штробас*) – это очень низкие ноты, которые невозможно спеть нормальным голосом.

***Vocal fry*** (или просто ***fry***) – это довольно резкий, трескучий голос с металлическим оттенком, который очень распространен в речи детей и подростков.

В дословном переводе ***vocal fry*** означает «жареный голос». Название происходит от слышимого в момент фонации характера звука, напоминающего шкворчание масла на разогретой сковороде. Звук очень специфический, схожий с полосканием горла.

С точки зрения физиологии ***фрай*** – это звучание голоса, вызываемое непериодическими колебаниями голосовых складок. Непериодические колебания могут появляться только в том случае, если голосовые складки находятся в «расслабленном» состоянии смыкания. *Фрай* реализуется голосом только в нижнем регистре, поскольку его невозможно создать связками, работающими в данный момент в каком-либо ином состоянии. Неслучайно вокальность *фрай* как способ пения относят к самым простым вокальностям.

*Фрай* часто используется, как терапевтический прием. Например, в эстрадной практике так могут начать разогрев голоса; так же и заканчивают тренировку, постепенно «остужая» голос до его приведения в привычное, речевое состояние смыкания (особенно после пения в высокой тесситуре).

***Vocal fry*** стал в эстрадной среде популярным вокальным приемом, потому что уничтожает вокальное напряжение быстрее, чем какой-либо другой метод. При использовании упражнений ***fry*** голосовые связки находятся в расслабленном состоянии и только начинают вибрировать, но не полностью. Такая вибрация способствует их плавному включению в вокальный процесс, разогреву, быстрому обретению эластичности без усилия и, соответственно, без помощи «посторонних» мышц. Голос эстрадного певца начинает литься более свободно, мускулы шеи перестают двигаться и напрягаться, создавая препятствие.

Помогает прием и в развитии, так называемого, грудного голоса (микст). Также *фрай* считается очень эффективным для уменьшения и уничтожения назальности (звучания в нос) и гнусавости. Он доказал и свою терапевтическую эффективность, и нередко используется в патологических случаях врачами-фониатрами и логопедами после соответствующей физиотерапии.

Без преувеличения можно сказать, что ***vocal fry*** в современном вокале универсален, являясь одновременно и вокальным методом воспитания голоса, с целым комплексом упражнений, и вокальным приемом, весьма популярным среди звезд. Элемент *фрай* присутствует и в речи многих актеров, переводчиков, дублёров-суфлеров – то есть людей, профессия которых связана с постоянной речью, что в итоге выражено тонким владением связками (в том числе и их расслаблением).

И всё-таки в настоящее время в эстрадном искусстве ***vocal fry*** выделяют больше как вокальный метод. Многие эстрадные вокалисты признаются, что при помощи *фрай* они существенно изменили свой вокал: стали качественно петь высокие ноты, устранили вокальное напряжение, освоили экстремальные приёмы рок-вокала (***scream, growl, harsh*** и т.п.). На более продвинутом уровне вокальной техники *vocal fry* помогает в развитии вибрато и другой «украшательной» техники, в том числе экстремальной.

Существует целый ряд упражнений, входящих в систему *фрай*, которые имитируют самые различные звуки, от скрипа и стонов до имитации звука животных (кошка, чайка). Певцами они используются в ежедневных вокальных тренировках в качестве «разогрева» голоса перед занятиями и для его «охлаждения» после.

Однако начинающим эстрадным исполнителям не рекомендуют делать ***фрай*** бесконтрольно, а только под наблюдением педагога по вокалу (злоупотребление приемом может привести к постоянному расслаблению связок). *Фрай* нужно отличать от зажима голосовых связок, создаваемого фальшивыми голосовыми связками. Неопытного вокалиста часто вводит в заблуждение некоторая похожесть звука, хотя специалист без труда отличить на слух *фрай* от зажима. Эстрадные певцы полагаются на собственные ощущения, так как при *фрай* никакого неудобства и дискомфорта в горле (а уж тем более болезненных ощущений) возникать не должно.

В академическом вокале часто можно услышать термин ***strowbass*** (штробас), который аналогичен официальному и более употребительному термину *фрай*. И хотя классическим исполнителям приём знаком и изредка используется в качестве упражнения, *фрай* не используется в опере. Но трудно встретить современного эстрадного вокалиста практически любого стиля, который не использовал бы ***vocal fry*** в выразительных целях. Этот метод особенно подходит для любителей таких афроамериканских направлений, как ритм-н-блюз, соул и джаз; также он широко используется в поп- и рок-музыке. В рок-музыке, особенно в экстремальных его стилях, *фрай* используется наравне с другими видами «рыка» и «хрипа». Голоса, у которых «хороший *фрай*» всегда способны к изданию целой серии гортанных звуков.

*Фрай* часто применяется, как начало звука (*фрай*-атака), но можно петь таким характером голоса целые фразы, если они достаточно узки по диапазону звуков. В разговорном голосе *фрай* – свидетельство его усталости, недостаточного тонуса голосового аппарата. Примерно такое же настроение создает *фрай,* когда используется в пении: это может быть оттенок эмоции «усталости», «безнадежности», «безразличия».